

Leśny Zryw w Starych Jabłonkach - Biegamy,

Sadzimy, Pomagamy - Bieg na 10 km

Klasyfikacja: OPEN


LEŚNY ZRYW
 BIEGAMY - SADZIMY - POMAGAMY


M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Kat. dod.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
1	297	Dembowski Mariusz	Lidzbark		1983	M35-49	1			03:41	16.3	36:55	36:55		1
2	213	Chojnacki Szymon	Szczytno	Klub Biegowy JURUND Szczytno	1982	M35-49	2			03:45	16	37:32	37:32		2
3	299	Błaut Damian	Ostróda		1995	M16-34	1			03:58	15.1	39:39	39:39		3
4	239	Kopczyński Piotr	Ostrowite	Zefirus Team	1996	M16-34	2			04:05	14.7	40:50	40:50		4
5	244	Kwiasowski Radosław	Morąg		1979	M35-49	3			04:10	14.4	41:39	41:40		5
6	280	Szewczyk Rafał	Olsztyn	RS MARATON TEAM	1974	M50+	1			04:22	13.7	43:49	43:50		6
7	261	Pikuła Paweł	Florczaki	AgromechMorąg/ŻabiankaTeam	1983	M35-49	4			04:24	13.6	44:03	44:04		7
8	274	Siepiola Cezary	Morąg		1979	M35-49	5			04:24	13.6	44:02	44:04		8
9	231	Jabłoński Jarosław	Zieleń	Nadleśnictwo Susz	1973	M50+	2			04:29	13.4	44:49	44:52		9
10	285	Tyszer Mariusz	Szafranki		1988	M35-49	6			04:29	13.4	44:54	44:55		10
11	206	Bałyga Piotr	Ostróda		1973	M50+	3			04:30	13.3	45:01	45:06		11
12	214	Czekała Janusz	Olsztyn	Slow Jogging w Olsztynie	1978	M35-49	7			04:33	13.2	45:32	45:34		12
13	284	Tomaszewicz Michał	Wilkasy		1989	M35-49	8			04:34	13.1	45:44	45:44		13
14	237	Kmieciński Szymon	Bartąg		1987	M35-49	9			04:38	12.9	46:26	46:27		14
15	291	Korwiel Rafał	Safranki		1984	M35-49	10			04:42	12.7	47:03	47:07		15
16	229	Gurzyński Dawid	Bielice	Zefirus Team	1992	M16-34	3			04:42	12.7	47:07	47:08		16
17	236	Kapela Łukasz	Olsztyn	Kapelaki i ich Dzieciaki	1988	M35-49	11			04:43	12.7	47:15	47:15		17
18	222	Glabisz Łukasz	Olsztyn		1984	M35-49	12			04:45	12.6	47:29	47:38		18
19	232	Jarczyk Tomasz	Olsztyn		1977	M35-49	13			04:46	12.6	47:39	47:44		19
20	241	Krotowski Błażej	Łława	Zefirus Team	1993	M16-34	4			04:47	12.5	47:50	47:52		20
21	205	Bałyga Grzegorz	Olsztyn	4Team Morsy Skanda Olsztyn	1984	M35-49	14			04:48	12.5	47:58	47:58		21
22	293	Zdrojewski Zdzisław	Lubawa	Zefirus Team	1970	M50+	4			04:52	12.3	48:44	48:47		22
23	215	Czokajło Łukasz	Ostróda		1986	M35-49	15			04:53	12.3	48:52	48:54		23
24	262	Piłat Kamil	Olsztyn		1985	M35-49	16			04:53	12.3	48:54	48:55		24
25	227	Grzeszczyk Tadeusz	Stare Jabłonki	Team T	2008	M16-34	5			04:54	12.2	49:02	49:04		25
26	225	Górska Anna	Olsztyn	Ania G.	1995	K16-34	1			04:54	12.2	48:59	49:07	1	
27	209	Białkowski Kazimierz	Szczęsne	4Team Morsy Skanda Olsztyn	1981	M35-49	17			05:01	11.9	50:10	50:14		26
28	219	Dzik Piotr	Olsztyn		1996	M16-34	6			05:04	11.8	50:42	50:44		27
29	270	Rudnicki Jakub	Tyrowo		2002	M16-34	7			05:05	11.8	50:44	50:52		28
30	207	Bartnicka Celina	Nikielkowo	MJ RUN TEAM	1989	K35-49	1			05:05	11.8	50:56	50:57	2	
31	279	Szczygielski Ryszard	Dywity		1974	M50+	5			05:06	11.8	51:00	51:00		29
32	251	Mucha Piotr	Lidzbark Warmiński	biegam bo muszę	1982	M35-49	18			05:06	11.7	51:03	51:09		30
33	267	Renkel-Bucha Ewa	Nml	Kurzętnik Biega	1980	K35-49	2			05:07	11.7	51:08	51:11	3	
34	298	Józefowicz Marek	Lubawa		1975	M50+	6			05:09	11.7	52:00	51:30		31
35	228	Grzymała Damian	Lidzbark Warmiński	simpel	1992	M16-34	8			05:10	11.6	51:41	51:47		32
36	257	Pianowski Paweł	Olsztyn - Centrum		1993	M16-34	9			05:15	11.4	52:26	52:32		33
37	259	Pietrzak Marcin	Ostróda		1984	M35-49	19			05:16	11.4	52:38	52:46		34
38	202	Anoszewski Piotr	Miłomłyn	Nadleśnictwo Miłomłyn	1973	M50+	7			05:26	11	54:23	54:26		35
39	295	Filipczyk Joanna	Ostróda	Ostróda Runners	1972	K50+	1			05:31	10.9	55:13	55:18	4	
40	249	Milewicz Przemysław	Olsztyn		1993	M16-34	10			05:34	10.8	55:37	55:43		36
41	254	Nowacki Szymon	Januszkowo	Wsparcie	2001	M16-34	11			05:34	10.7	55:39	55:49		37
42	289	Wierzbowski Krzysztof	Bartoszyce		1994	M16-34	12			05:37	10.7	56:05	56:11		38

Leśny Zryw w Starych Jabłonkach - Biegamy, Sadzimy, Pomagamy - Bieg na 10 km

Klasyfikacja: OPEN



LEŚNY ZRYW
BIEGAMY - SADZIMY - POMAGAMY



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Kat. dod.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
43	272	Rydziński Dawid	Zwierzewo	solo	1993	M16-34	13			05:37	10.7	56:04	56:13		39
44	300	Brzozowski Przemysław	Ilawa		2001	M16-34	14			05:39	10.6	56:36	56:39		40
45	235	Kapela Magdalena	Olsztyn	Kapelaki i ich Dzieciaki	1990	K35-49	3			05:40	10.6	56:39	56:41	5	
46	208	Bartnicki Łukasz	Nikielkowo	EGGER Biskupiec biega / Nikielkowo Team	1983	M35-49	20			05:40	10.6	56:41	56:43		41
47	246	Lohinau Artsiom	Ilawa		1994	M16-34	15			05:45	10.4	57:28	57:35		42
48	226	Grądzki Tomasz	Olsztyn	RS MARATON TEAM	1980	M35-49	21			05:46	10.4	57:41	57:43		43
49	242	Kucharczyk -Lachowicz Patrycja	Ostróda		1993	K16-34	2			05:46	10.4	57:36	57:46	6	
50	258	Pielowski Michał	Sząbruk		1984	M35-49	22			05:48	10.3	57:57	58:04		44
51	216	Dobiesz Monika	Olsztyn		1981	K35-49	4			05:48	10.3	58:00	58:09	7	
52	224	Gołębiewski Krzysztof	Ostróda		1986	M35-49	23			05:49	10.3	58:10	58:10		45
53	220	Dziubela Janusz	Olsztyn	Slow Jogging w Olsztynie	1976	M35-49	24			05:49	10.3	58:11	58:15		46
54	296	Janicki Tomasz	Małdyty		1975	M50+	8			05:49	10.3	58:07	58:18		47
55	281	Świętochowska Anna	Łukta		1989	K35-49	5			05:50	10.3	58:15	58:24	8	
56	253	Nieściór Jan	Stętkiny / Olsztyn	Są Wolniejsi	1968	M50+	9			05:53	10.2	58:48	59:00		48
57	286	Wachtelberg Irena	Olsztyn	Slow Jogging w Olsztynie	1983	K35-49	6			05:55	10.1	59:08	59:13	9	
58	146	Pietrzak Michał	Olsztyn		1989	M35-49	25			05:57	10.1	59:30	59:30		49
59	266	Ptaszkiewicz Rafał	Milomłyn	Nadleśnictwo Milomłyn	1976	M35-49	26			06:04	9.9	01:00:34	01:00:49		50
60	275	Skuratovich Mariya	Ilawa		1993	K16-34	3			06:05	9.8	01:00:49	01:00:56	10	
61	240	Krauze Bożena	Olsztyn	Slow Jogging w Olsztynie	1975	K50+	2			06:06	9.8	01:00:57	01:01:01	11	
62	294	Kaleta Adrian	Warszawa		1988	M35-49	27			06:06	9.8	01:01:00	01:01:09		51
63	218	Dudek-Szechlicka Małgorzata	Sząbruk	-- > --	1992	K16-34	4			06:15	9.6	01:02:07	01:02:39	12	
64	210	Borsuk Paweł	Sząbruk	Ekosfera Olsztyn	1978	M35-49	28			06:15	9.6	01:02:04	01:02:39		52
65	234	Kalicka Anna	Wielbark	JW 2031 Lipowiec	1995	K16-34	5			06:17	9.5	01:02:48	01:02:56	13	
66	278	Sylwia Majewska	Szczytno	8 Szczycieński Batalion Radiotechniczny / Klub biegacza Jurund Szczytno	1978	K35-49	7			06:17	9.5	01:02:48	01:02:57	14	
67	282	Tarpiłowska Jolanta	Ostróda		1969	K50+	3			06:18	9.5	01:02:58	01:03:04	15	
68	144	Lipka Tomasz	Ostróda		1972	M50+	10			06:18	9.5	01:03:00	01:03:05		53
69	211	Brodzik Eugeniusz	Wielbark	Nadleśnictwo Wielbark	1968	M50+	11			06:19	9.5	01:03:01	01:03:11		54
70	217	Dryżałowska Anna	Olsztyn	Łosie w Kosmosie	1984	K35-49	8			06:19	9.5	01:03:04	01:03:11	16	
71	277	Soliwoda Iwona	Szczytno	KLUB BIEGACZA JURUND SZCZYTNO	1983	K35-49	9			06:22	9.4	01:03:36	01:03:46	17	
72	248	Milewicz Aleksandra	Olsztyn		1994	K16-34	6			06:26	9.3	01:04:22	01:04:29	18	
73	46	Kapuścińska Renata	Olsztyn	4Team Morsy Skanda Olsztyn	1980	K35-49	10			06:27	9.3	01:04:19	01:04:36	19	
74	256	Pajrowska Iga	Ostróda		1981	K35-49	11			06:29	9.2	01:04:47	01:04:52	20	
75	288	Wierzbicka Weronika	Idzbark		2003	K16-34	7			06:40	9	01:06:32	01:06:41	21	
76	230	Hajdeczko Elżbieta	Białka		1977	K35-49	12			06:40	9	01:06:32	01:06:42	22	
77	269	Ruciński Andrzej	Elgnowo		1965	M50+	12			06:40	9	01:06:44	01:06:47		55
78	223	Gniady Arkadiusz	Ostróda	FIEGE na trasie	1979	M35-49	29			06:41	9	01:06:51	01:06:58		56
79	260	Piętka Katarzyna	Ostróda	FIEGE na trasie	1996	K16-34	8			06:41	9	01:06:52	01:06:58	23	
80	264	Podsiadłowski Stefan	Olsztynek		1976	M35-49	30			06:45	8.9	01:07:31	01:07:34		57
81	292	Zdrojewska Barbara	Lubawa	Zefirus Team	1973	K50+	4			06:45	8.9	01:07:33	01:07:35	24	
82	150	Sławiszewski Leszek	Olsztyn	4 Team Morsy Skanda Olsztyn	1978	M35-49	31			06:45	8.9	01:07:20	01:07:37		58
83	255	Opalińska Renata	Ostróda		1964	K50+	5			06:48	8.8	01:08:04	01:08:09	25	
84	243	Kwacz Małgorzata	Ostróda		1964	K50+	6			06:48	8.8	01:08:05	01:08:09	26	

Wyniki wersja z: 29.03.2025 14:43:42

Data: 29.03.2025 12:00:00

Miejscowość: Stare Jabłonki

Organizator: Hotel Anders Gospodarz: Nadleśnictwo Stare Jabłonki

Partner: Fundacja Mazurskie Klimaty

Dystans: 10 km

Leśny Zryw w Starych Jabłonkach - Biegamy,
Sadzimy, Pomagamy - Bieg na 10 km
Klasyfikacja: OPEN



LEŚNY ZRYW
BIEGAMY - SADZIMY - POMAGAMY



M-ce	Nr start.	Nazwisko i imię	Miejscowość	Drużyna	Rok urodz.	Kat. wiek.	M-ce w kat.	Kat. dod.	M-ce w kat.	Tempo min/km	Tempo km/h	Czas netto	Wynik (brutto)	K	M
85	245	Lachowicz Łukasz	Ostróda		1993	M16-34	16			06:53	8.7	01:08:41	01:08:52		59
86	290	Wójcik Paulina	Łukta		1991	K16-34	9			06:58	8.6	01:09:34	01:09:45	27	
87	250	Mroczek Katarzyna	Ostróda		1977	K35-49	13			06:58	8.6	01:09:35	01:09:45	28	
88	263	Piłat Łukasz	Olsztyn		1987	M35-49	32			07:05	8.5	01:10:52	01:10:52		60
89	221	Gilewicz Agnieszka	Myki	BRBK - biegli w podatkach	1981	K35-49	14			07:12	8.3	01:11:55	01:12:00	29	
90	203	Antochowski Jan	Ostróda	Ostróda Runners	1953	M50+	13			07:54	7.6	01:19:00	01:19:04		61
91	252	Nieściór Mieczysława	Stęki / Olsztyn	Są Wolniejsi	1970	K50+	7			08:01	7.5	01:20:18	01:20:18	30	
92	273	Rzosiński Paweł	Reszel	Związek Żołnierzy Narodowych Sił Zbrojnych Okręg Warmińsko-Mazurski	1987	M35-49	33			08:02	7.5	01:20:21	01:20:25		62
93	276	Soboczyńska Angelika	Olsztyn	Slow Jogging w Olsztynie	1984	K35-49	15			08:04	7.4	01:20:40	01:20:46	31	
94	247	Lis Aneta	Kieźliny	Slow Jogging w Olsztynie	1981	K35-49	16			08:24	7.1	01:23:56	01:24:03		32
95	212	Cajc Aneta	Warkały	Slow Jogging w Olsztynie	1977	K35-49	17			08:24	7.1	01:23:58	01:24:03	33	
96	287	Wesołowski Michał	Elk	Centrum Treningu Crossfit & Hyrox Elk	1992	M16-34	17			09:13	6.5	01:31:54	01:32:15		63